

Berenjenas al escabeche: receta facilísima, barata y rendidora

20/05/2024



Todas las familias suelen tener un tío, una tía o una abuela que hace las mejores berenjenas en escabeche. Si en la tuya esta posición está vacante, es muy fácil que la ocupes y te ganes el corazón de todos.

Las berenjenas en escabeche son una de las recetas más sabrosas de la cocina. Hasta las personas que no comen berenjenas de otra forma, no se pueden resistir a una rica tostada con esta preparación.

Sirve para picar antes de un asado, para acompañar una rica tabla de fiambres, para salvarte la colación de la tarde con un pancito y hasta para sorprender a un ser querido con un regalo especial hecho con nuestras propias manos.

Con ingredientes muy simples se puede preparar un gran stock

de esta receta para tener en la heladera durante bastante tiempo. Además, los pasos son muy sencillos y no necesitás ninguna técnica especial, sólo paciencia.



Ingredientes

2 berenjenas

1 zanahoria

200 ml de aceite de oliva virgen extra

2 dientes de ajo

1 cucharadita de pimentón dulce

$\frac{1}{2}$ cucharadita de pimienta negra en grano

1 ají picante o morrón

500 ml de vinagre

700 ml de agua

1 hoja de laurel

1 rama de romero fresco

Sal

Paso a paso

Lavar, secar y cortar las berenjenas en rodajas verticales u horizontales de 1 centímetro, según la preferencia. Hay quienes eligen rociarlas con sal y dejarlas transpirar un rato para “bajar la amargura”, pero no es indispensable. También es opcional pelarlas.

En una olla colocamos el vinagre con el agua y esperamos que hierva. Incorporamos las berenjenas, las zanahorias, el ajo, el pimiento o ají, y cocinamos por 5 minutos más o menos. Escurrir el líquido y dejar enfriar.

En un frasco grande y esterilizado, empezamos a ubicar las berenjenas en capas, intercalando con los condimentos (ají molido, orégano, laurel, romero, pimienta, etc.). Luego cubrimos la totalidad de las berenjenas con aceite y tapamos el frasco.

El último paso es el que requiere el ingrediente de la paciencia. Se recomienda dejar reposar durante al menos 48 horas en la heladera antes de consumirlo, para que los sabores se combinen correctamente.

Al momento de comerlas, se pueden cortar rodajas de un pan a elección y ubicar separadas en una fuente de horno. Condimentarlas con un chorrito de aceite, ají molido y orégano y llevar al horno por 10 minutos o hasta dorar levemente. Estas tostadas son un acompañamiento excelente para las berenjenas.

Fuente: Crónica